ŚRODKI DESINFEKCYJNE

i zachowanie się

HYGIENICZNE i DYETETYCZNE

podczas cholery.

W KRAKOWIE.
Nakładem Magistratu m. Podgórza.
CZCIONKAMI DRUKARNI ZWIĄZKOWEJ
pod zarządem A. Szyjewskiego.
1884.

Środki desinfekcyjne.

Na czele środków chroniących od cholery stoi należycie przeprowadzona desinfekcya. Zaczniemy od środków desinfekcyjnych zwykle używanych, oraz za skuteczne uznanych i wskażemy dawki, jakie każdorazowo użyć należy, aby desinfekcya była dokładną, ochronną. I tak:

I. Do desinfekcyi przy czyszczeniu kloak używa się „Koperwasu“: ½ kilo takowego rozpuszcza się w 6 litrach wody i ten rozczyn tak długo się wlewa, mięszając go ciągle, do zawartości kloaki, aż właściwy odór kloaczny zniknie. (Dostanie w Magistracie ½ kilo za 10 ct.).

II. Do desinfekcyi kloak.

a) Rozpuszcza się 1 kilo 45% nieczystego kwasu karbolowego w 70 litrach wody. Do każdorazowej desinfekcyi wystarcza 1½—3 litrów tego rozczynu, który w ten sposób należy lać do kloaki, ażeby lejek i ściany szlągu drewnianego rozczynem zostały zwilżone. (Gdzie szlągu nie ma, wprost do kloaki się wlewa). (Dostanie w Magistracie 1 kilo po 37 ct.).

Albo:

b) Proszku karbolowego wsypać dziennie, pierwszą razą 1/2 kilo, potem 1/8 kila).

III. Do desinfekcyi wypróżnień (wymiocin i stolców):

a) powyż wymienionego rozczynu kwasu karbolowego leje się do nocnika lub t. p. naczynia 1/8 do 1 litra.

Albo:

b) proszku karbolowego 1—2 łyżki stołowe.

IV. Do desinfekcyi bielizny z chorych i t. p. rzeczy używa się 1/2 kilo chlorku wapna rozpuszczonego w 1/2 wiadrze wody, w któryto rozczyn bieliznę się wkłada na godzin cztery albo na tyleż godzin do 5% rozczynu kwasu karbolowego. (Dostanie w aptece).

V. Do desinfekcyi wełnianych rzeczy: surdutów, kołder i t. p. wykadzić siarką w wielkiej beczce. (Dostanie w każdym sklepie).

VI. Do desinfekcyi podłóg: zlewać takowe 3 razy dziennie powyż opisanym rozczynem kwasu karbolowego.

VII. Do desinfekcyi rąk: 10 gramów „Kalium hypermanganicum“ (Nadmanganczan potasowy) rozpuścić w 2 litrach wody i rozczynem ręce umywać.

VIII. Słomę z pod chorych spalić a nie podkładać pod bydło.

Zachowanie się hygieniczne i dyetetyczne
podczas cholery.

1) Wystrzegać się należy jedzenia niedojrzałych, złych i już psujących się owoców, pożywania potraw wzdymających, łatwo w fermentacyą przechodzących jako to: różnych gatunków warzyw rzepiastych, kapusty i buraków kwaszonych, sałaty, surowych owoców, wiktuałów, które dużo wody w sobie zawierają (ogórki, melony, ziemniaki młode); wystrzegać się jedzenia tłustego mięsa: tłustej wieprzowiny, baraniny, ryb zamarynowanych i zasolonych, jedzenia kilku zimnych zwłaszcza potraw z kwaśnem mlekiem. Nie zapominać, iż każde przebranie miary chociażby w zdrowych potrawach, mianowicie przed samem spaniem, usposabia do cholery. Żyć jak przed cholerą, jeżeli sposób życia był umiarkowanym.

2) Uchylić się można od cholery tylko przez największą czystość w izbach i czyste powietrze; a więc izby mieszkalne powinny być kilka razy dziennie przewietrzane przez otwarcie drzwi i okien. Nie powinno się trzymać w izbach mieszkalnych zwierząt domowych bez różnicy, tudzież wszelkich kisnących lub innych szkodliwe wyziewy ze siebie wydających rzeczy jak n. p.: nakwaszonej kapusty, kwaszonych ogórków, barszczu, żuru, ziemniaków, lnu, konopi, tudzież miodu,

sera — lecz przechowywać takowe w miejscu odległem, przewiewnem. Kołdry, koce, poduszki, pierzyny codziennie na dworze przewietrzyć.

Lecz nietylko czystość w izbach zachować należy, ale toż samo naokoło domu, szczególniej niedozwalać nagromadzenia gnijących przedmiotów: łajna bydlęcego, gnoju, lecz takowe natychmiast wywozić w pole, z kałuż spuścić wodę i zasypać doły ziemią.

3) Podczas cholery należy ciało nieco cieplej utrzymywać — szczególniej brzuch i nogi — a więc na brzuchu nosić lekką zawiązkę flanelową a obuwie mieć cieplejsze. Wychodząc wieczorem ubrać się cieplej, a wstawszy z łóżka zjeść zawsze trochę ciepłej strawy, lub napić się ciepłego napoju (kawy, herbaty, bulionu). Umiarkowane użycie napojów spirytusowych, zwłaszcza dla osób do tychże przyzwyczajonych, jest dozwolone a nieraz nawet konieczne, zwłaszcza gdy kto w ostrej porze roku lub w niepogodę zmuszony jest w gołem polu stać lub jechać; częste pijanie wódki, a zwłaszcza młodego piwa, które jeszcze nie wyrobiło lub skwaśniało, okazało się w każdym razie najszkodliwszem.

4) Hulatyki nocne, rozpusta każdego rodzaju, siedzenie przy kartach długo w noc jest bezwzględnie szkodliwe i usposabia do cholery. Po pracy dziennej powinien każdy, dbający o swe zdrowie, udać się zawczasu na spoczynek. Wzruszeń umysłowych, a więc bojaźni i strachu przed dostaniem cholery, zmartwień i ciągłego smutku podobnież należy unikać, toż samo zbytecznego natężenia umysłowego jakoteż cielesnego.

5) Wybuch prawdziwej cholery poprzedzają zwykle oznaki, na które szczególniej zwracać należy uwagę, bo zawczasu leczone nie dozwalają rozwinięciu się dalszemu choroby. Oznakami temi, poprzedzającemi nawet

na kilka dni chorobę, są: oznaki niestrawności: częste odbijanie, wzdęcie brzucha i hurgotanie po nim, ból w okolicy dołka żołądkowego, brak apetytu przy czystym, albo bardzo mało obłożonym języku, dalej rozwolnienie niebolesne, zwłaszcza wypróżnienia wodniste bez koloru, podobne do odwaru z ryżu. Przy powyższych oznakach powinien każdy zawezwać pomocy lekarskiej, a gdy takowej pod ręką niema, powinno się chorego, rozebrawszy go położyć do łóżka, nakryć ciepło, dać na brzuch, boki i nogi albo dachówki, lub cegły obwinięte, ciepłe, lub piasek, popiół, otręby ciepłe, bańki z ciepłą wodą, a do napitku dać często wypić małą filiżaneczkę ciepłego naparu z mięty pieprzowej, albo z kwiatu brzozowego lub lipowego, a gdyby miał biegunkę, dać 20 kropli makowcowych (Tra. opii simpl.) na cukrze lub lodzie, które to krople każdy dom, każdą familia w zapasie mieć powinna. (Dostanie w każdej aptece). Dzieciom daje się o jednę kroplę więcej, aniżeli lat liczy, a więc 3-letniemu 4 krople, 4-letniemu 5 kropli i t. d.) Gdyby się biegunka zwiększała, dać jednę lub więcej lewatyw z krochmalu gotowanego. (Kankę z lewatywy każdą razą desinfekcyonować, włożywszy takową do rozczynu opisanego kwasu karbolowego). Gdy się chory pocić zacznie, utrzymywać poty ciągle przez częste popijanie wyż wymienionych ciepłych ziółek i dobre ogrzanie ciała chorego. Podczas udzielania pomocy starać się chorego uspokoić, przekonać iż znów wyzdrowieje, a ta nadzieja wyzdrowienia najkorzystniej wpłynie na dalszy przebieg choroby, bo jak już wyżej wspomniano, bojaźń w tym wypadku jest najszkodliwsza.

W razie wystąpienia kurczów w odnogach dolnych nacierać mocno ciało pod kołdrą lub przykryciem okowitą grzaną, lub spirytusem kamforowym,

lub octem ciepłym, a na brzuch przyłożyć synapizma z chrzanu lub gorczycy.

6) Kto nie potrzebuje niech nie odwiedza cholerycznych, chyba jeżeli jest do tego zmuszonym przez związki familijne. Strzedz się szarlatanów, którzy roznoszą pewne środki przeciw cholerze lub sprzedają amulety przeciw cholerze, gdyż pacyent zaniecha najpierwszą pomoc, ukołysany nadzieją, iż mu się nic stać nie może, a później i leki nic skutkować nie będą.

7) W szkołach, we fabrykach, w pensyonatach, w ogóle gdzie wielu razem ludzi się znajduje, należy codziennie zapytywać, czy kto nie cierpi na biegunkę i przeciw takowej natychmiast zaradzić.

„Szczególnie jednak, za wystąpieniem najmniejszych oznak cholery za główną regułę uważać należy natychmiastowe wezwanie lekarza!“